

PLANIFICAÇÃO ANUAL

Educação Física / Educação Artística

1ºAno

| 1º PERÍODO | | | | | |
|-----------------|---|--|--|--|-----------------|
| Meses | Blocos/ Conteúdos | | | | Horas Previstas |
| | Educação Artística/ Educação Física | | | | |
| setembro | Descoberta e organização progressiva de superfícies: Explorar o desenho livre e sugerido Recorte e colagem | Jogos de exploração: Desenvolver a musicalidade através da percussão corporal Acompanhar melodias com gestos e palmas | Jogos de exploração: Movimentar-se de forma livre e pessoal Jogos dramáticos: Explorar atitudes expressivas | Ginástica: Realizar ações motoras básicas de lançamento e recepção de bolas | 7h |
| outubro | Descoberta e organização progressiva de superfícies: Desenvolver a destreza sensorial e motora, modelagem Exploração de técnicas diversas: Explorar sensorialmente materiais e objetos: pintura livre e sugerida | Jogos de exploração: Corpo Voz Reproduzir pequenas melodias Batimentos de palmas... | Jogos de exploração: Utilizar espontaneamente atitudes, gestos... Jogos dramáticos Reagir espontaneamente por gestos /movimentos, a sons, palavras, atitudes... | Ginástica: Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas/sequências no solo Jogos Jogos com bolas | 16h |
| novembro | Descoberta e organização progressiva de superfícies: Desenvolver a destreza manual e a criatividade Recorte e colagem, pontilhismo desenho e pintura | Jogos de exploração: Identificar e marcar a pulsação e /ou o ritmo de lengalengas, canções, melodias... | Jogos de exploração: utilizar espontaneamente atitudes, gestos... Jogos dramáticos: Desenvolver a capacidade de relação e comunicação com os outros | Jogos Praticar jogos infantis com posição de equilíbrio | 15h |

| | | | | | |
|-------------------|--|---|---|--|----------|
| dezembro | Exploração de técnicas diversas: Inventar e construir adereços e cenários Desenho, recorte, colagem, dobragem, modelagem e contorno | Jogos de exploração: Participar em coreografias elementares, inventando e reproduzindo, gestos, movimentos e passos | Jogos dramáticos: Participar na elaboração de uma história Improvisar um diálogo ou uma pequena história relacionada com o Natal | Jogos Praticar jogos infantis, cumprindo as suas regras, seleccionando e realizando diversas ações. | 7h |
| 2º PERÍODO | | | | | |
| janeiro | Exploração de técnicas diversas: Desenvolver a motricidade fina Fazer dobragens Estampar elementos naturais Ilustrar de forma pessoal | Jogos de exploração: Desenvolver a capacidade de escutar, relacionar e organizar sons | Jogos de exploração: Dramatizar regras elementares de trânsito em situações reais Explorar o espaço circundante | Jogos Jogos com bolas e arcos | 15h |
| fevereiro | Exploração de técnicas diversas: Criar objetos de comunicação/expressão Aprender a utilizar o espaço de pintura Construir mascaras e adereços | Experimentação, desenvolvimento e criação musical: Identificar e utilizar instrumentos musicais | Jogos de exploração: Desenvolver as possibilidades de orientação no espaço a partir de referências visuais e táteis | Jogos: Praticar jogos infantis cumprindo as suas regras Ginástica: Explorar movimentos de acordo com a marcação rítmica | 14h |
| março | Exploração de técnicas diversas: Expressar-se, livre e criativamente, utilizando técnicas e materiais diversos Desenvolver a sensibilidade estética | Jogos de exploração: Identificar sons do meio ambiente desenvolver a musicalidade através da percussão corporal | Jogos dramáticos: Dramatização de textos Inventar e recriar personagens | Ginástica: Combinar deslocamentos adequados de acordo com a estrutura rítmica e melódica Jogos: Realizar jogos de controlo da orientação espacial | 11h30min |
| 3º PERÍODO | | | | | |
| abril | Exploração de técnicas diversas: Explorar diferentes técnicas Ilustrar de forma pessoal | Jogos de exploração: Identificar e marcar a pulsação e /ou o ritmo de lengalengas, canções, melodias... | Jogos dramáticos: Improvisar palavras, sons, atitudes, gestos e movimentos | Ginástica: Desenvolver o sentido de equilíbrio Jogos: Realizar jogos de deslocamentos com equilíbrio | 7h |
| maio | Exploração de técnicas diversa: Imprimir com carimbos Estampar elementos naturais Pintar em superfícies limitadas com diferentes materiais. | Jogos de exploração: Dizer rimas e lengalengas Relacionar e organizar sons | Jogos dramáticos: Adquirir progressivamente o domínio do espaço Explorar diferentes maneiras de se deslocar | Ginástica: Realizar acções motoras de deslocamento em percursos da natureza Jogos: Jogos com bolas | 16h |

| | | | | | |
|---------------------|--|--|---|--|-----------|
| <p>junho</p> | <p>Exploração de técnicas diversas: Imprimir com carimbos Estampar elementos naturais Aprofundar as capacidades de expressão</p> | <p>Jogos de exploração: Participar em canções e danças de roda, fila... (tradicionais e infantis) Reproduzir pequenas melodias</p> | <p>Jogos dramáticos: Desenvolver a capacidade de relação e de comunicação com os outros</p> | <p>Ginástica: Desenvolver qualidades motoras</p> | <p>9h</p> |
|---------------------|--|--|---|--|-----------|